Randonnées
VALL'RESPIR
Amélie les Bains - Elne

Rendez-vous à 13h 20, place de la Sardane (place du grand marché)
Départ 13h 30

NOVEMBRE - DECEMBRE 2026

LUNDI - Novembre -		Niveau:	
02	La bataille du Boulou	3h00 200m	
09	Fourques Le vignoble	3h30 250m	
16	col d'en Gros Amélie	3h00 200m	
23	Lac St Jean St Jean Plat de cors	2h30 plat	
30	Cascade Céret	3h30 300m	
Décembre			
07	Amélie - Santa Gracia par la piste	3h30 350m	
14	Hauts de Palalda par le parking	2h30 170m	

JEUDI - Novembre		Niveau :	
5	Amélie La Montagnole	3h30 300m	
12	Le Boulou Pic Estelle	3h00 250m	
19	Prats de Mollo col de Canavailles	3h00 350m	
26	Les Cluses Via Domicia	3h30 250m	
Décembre			
03	Arles Le Molinot-Jacouty	3h30 250m	
10	Montesquieu Sentier Botanique	3h30 350m	
17	Reynes Chemin des mas	3h30 250m	

Programme susceptible d'être modifié en fonction de la météo

Chaussures de randonnée indispensables + 1 L d'eau recommandée - Voiture nécessaire.

Forfait curiste (3 semaines) 10 € ou 2 € la randonnée

Covoiturage 2€ par personne par sortie covoiturée à remettre au chauffeur du véhicule

*Renseignements auprès Martine , **secrétaire de l'association 06-88-85-88-24***

A découper, à remettre au responsable de l'association, le jour de la randonnée,

DECHARGE DE RESPONSABILITE

Randonnées
VALL'RESPIR

Je soussigné .....

Demeurant.....

Pratiquant la randonnée au sein de l'association Rando Vall'Respir déclare :

- avoir été informé de l'obligation de fournir un certificat médical attestant de mon aptitude à la pratique de la randonnée,

- être en pleine capacités de ma condition physique pour participer aux sorties randonnées organisées. par l'association

En l'absence de ce certificat je décharge et libère l'association Rando Vall'Respir de toute responsabilité en rapport à ma participation à leurs randonnées en cas d'accident de quelque nature que ce soit ou de dommages sans aucune exception et **déclare être détendeur d'une assurance maladie /accident / responsabilité civile en cours** de validité.

J'ai lu attentivement la présente décharge et la signe en toute connaissance de cause.

A Amélie les Bains, le .... Signature